Asociația "HandHope"
Str. Băltăreţu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 109 / A / 046 / 2017
Valabilitate - anuală
ALEXANDRIA 1

„Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut"

# ÎMPREUNĂ

Revistă specială de informare și inspirație pentru oameni speciali

Iunie 2017
Se distribuie gratuit
Nr. 172

*„Mă bucur în Domnul, şi sufletul Meu este plin de veselie în Dumnezeul Meu; căci M'a îmbrăcat cu hainele mîntuirii, M'a acoperit cu mantaua izbăvirii..."*
Isaia 61:10 p.p.

## Editorial

### Călătorie cu avionul pentru toți

De 10 ANI luptăm pentru drepturile pasagerilor persoane cu dizabilităţi - Adunarea Generala EDF a avut loc la Dublin, in Irlanda in perioada 21-23 mai 2016

În iulie 2006, a fost adoptat un regulament privind drepturile pasagerilor persoane cu dizabilităţi in transportul pe calea aerului (Regulamentul 1107/2006), stabilirea unui set de drepturi specifice pentru pasagerii cu dizabilităţi în UE.

In anul 2016 serbăm a 10-a aniversare a adoptării Regulamentului.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Să nu mai spui că tu nu poţi - pag. 3
Bucuria Mântuirii - pag. 4
Anotimpurile vieţii - pag. 6
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 7
E bine să știm - pag. 8
Litere de lege - pag.15
Lumea lui Jonah - pag.16

## *Gândeşte-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!*

continuare din pag. 1

Această legislație a facilitat transportul aerian pentru milioane de persoane cu dizabilități în Europa și a oferit orientări clare aeroporturilor privind ce ar trebui să fie furnizat ca servicii și de modul în care trebuie furnizat. Pentru a marca aniversarea de 10 ani a acestui regulament important pentru pasagerii cu dizabilități, EDF împreună cu Federația incapacitatii din Irlanda și aeroportul din Dublin, a organizat un eveniment la aeroportul din Dublin.

În deschiderea evenimentului, Yannis VARDAKASTANIS, Președintele EDF, a reamintit faptul că regulamentul privind pasagerii cu dizabilități pe calea aerului a fost, de fapt, reglementarea specifică adoptată de către UE: "Acest regulament a deschis calea pentru accesibilitate atunci când persoanele cu dizabilități călătoresc pe calea aerului. Acesta a fost, de asemenea, urmat de alte reglementări care promovează drepturile pasagerilor cu handicap în diferite mijloace de transport. EDF a lucrat la acest regulament, de la început și a urmarit îndeaproape punerea sa în aplicare.

Acum, după 10 ani, putem spune că legislația este aproape finalizata și această legislație este eficientă în a face transportul mai accesibil și în asigurarea drepturilor persoanelor cu handicap."

Vicepreședintele EDF, Gunta Anca, a vorbit despre ceea ce s-a schimbat pentru persoanele cu dizabilități atunci când călătoresc pe calea aerului: "Acum, când mă duc la orice aeroport din UE, știu că asistența va fi disponibilă și mă pot aștepta ca personalul să aibă un anumit nivel de pregătire. Înainte de acest regulament, EDF a primit plângeri frecvente de la pasagerii cu dizabilități. Regulamentul a redus aceste incidente, deoarece liniile aeriene au orientări clare cu privire la obligațiile lor. Ei pot fi trași acum la răspundere pentru refuzul de îmbarcare a pasagerilor cu handicap sau atunci cand nu li se oferă asistență.

Cu toate acestea, în multe cazuri, transportul pe calea aerului nu este încă suficient de accesibil și există mult loc pentru îmbunătățiri; toate serviciile de transport ar trebui să fie accesibile în conformitate cu Convenția ONU privind drepturile persoanelor cu dizabilități".

În mesajul său video, comisarul european pentru transporturi, Violeta Bulc, a subliniat: "Acest regulament nu este doar o realizare simbolică, ci un exemplu concret de acțiune pozitivă a UE, care schimbă viața a 80 de milioane de persoane cu dizabilități. Am parcurs un drum lung, dar există încă o anumită distanță pentru a acoperi integral. Avem nevoie să ne asigurăm că regulamentul este aplicat în mod corect."

Comisarul, de asemenea, s-a referit la importanța difuzarii informațiilor cu privire la drepturile pasagerilor cu dizabilități și adoptarea Actului european privind accesibilitatea, care va îmbunătăți în continuare accesibilitatea.

Membru al Parlamentului European, Marian Harkin, a subliniat importanța implicării mișcării dizabilitatii în a face o legislație cat mai cuprinzătoare: "EDF și organizațiile persoanelor cu dizabilități joacă un rol foarte important în dezvoltarea unei legislații precum regulamentul pe care noi il sărbătorim astăzi aici."

Reprezentanții Aeroportului din Dublin și furnizorul de asistență pentru persoanele cu mobilitate redusă care cooperează cu aeroportul din Dublin au explicat modul în care încearcă să îmbunătățească accesibilitatea pentru mai mulți pasageri cu mobilitate redusă pe parcursul călătoriei.

DE CE ESTE ACEST REGULAMENT IMPORTANT?

Regulamentul cu privire la drepturile pasagerilor pe calea aerului pentru persoanele cu dizabilități (Regulamentul 1107/2006) prevede că:

- Persoanele cu handicap au dreptul de a fi transportate și nu ar trebui să fie refuzate la îmbarcare sau la rezervare;
- Persoanele cu handicap ar trebui să beneficieze de asistență la aeroport, fara nici un cost suplimentar. Responsabilitatea pentru furnizarea asistenței se află la organismul de administrare a aeroportului;
- Tot personalul care se ocupă în mod direct cu publicul călător trebuie să primească informatii si sa fie format pentru interventii;
- Fiecare stat membru al UE trebuie să proiecteze un organism public pentru a monitoriza punerea în aplicare a prezentului regulament și să promoveze aplicarea drepturilor pasagerilor.

-sfârșit-

**Susa: http://articole.observatorul.ro/Călătorie-cu-avionul-pentru-toti.html**

# „Să nu mai spui că tu nu poți”

## *Povestea inspiratoare a ciclistului paralimpic Juan José Méndez*

*Autor:* ***Lavinia Elena Niculicea***

*„Să nu mai spui că tu nu poţi”, un citat simplu, dar plin de forţă care îi aparţine ciclistului paralimpic, Juan José Méndez, din Spania. El a reuşit să culeagă laurii victoriei în sport, deşi viaţa i-a oferit un obstacol aparent insurmontabil. Juan şi-a pierdut braţul şi piciorul stâng într-un accident de motocicletă, dar nu şi-a pierdut visul din copilărie, acela de a fi ciclist profesionist.*

*La vârsta de 12 ani, el făcea plimbări cu bicicleta împreună cu tatăl său, în fiecare weekend. Doi ani mai târziu, Juan deja concura ca ciclist cadet şi amator, reuşind să facă parte din Cesadén, una dintre cele mai vestite echipe de ciclism spaniol din anii 80. A fost atât de aproape să devină ciclist profesionist, însă fiindcă acest lucru nu s-a putut realiza, el a început să lucreze ca transportator de echipamente ortopedice. O ironie a sorţii, dacă ne gândim la evenimentele ce aveau să urmeze în viaţa lui.*

*În august 1992, Juan a suferit un accident în care a fost dat decedat, asta până când forţele de poliţie şi-au dat seamă că el încă mai respira. Ajuns la spital în moarte clinică, el a fost resuscitat minute bune, fiindu-i transfuzaţi 48 de litri de sânge. După 20 de zile de stat în comă, el s-a trezit fără o mână şi un picior. Poate că la vederea acestei imagini desprinse dintr-un film horror, mulţi s-ar simţi înfrânţi şi ar avea o atitudine pesimistă. Însă nu şi Juan. El a abordat cu curaj, determinare şi seninătate noua situaţie de viaţă, gândindu-se „că modul în care un om îşi acceptă destinul e mai important decât însuşi destinul său”.*

*Atunci când Juan a deschis ochii, preocuparea lui cea mare a fost ca nimeni să nu fie rănit în urma accidentului. Asta spune multe despre dimensiunea lui interioară. Un om cu un caracter deosebit, care transmite o forţă inegalabilă, ce avea să-l împingă să câştige nu doar o cursă sportivă, ci şi cursa vieţii lui. În timp ce era în spital, el a văzut la televizor Jocurile Paralimpice din Barcelona, în 92, însă pe atunci nu-şi putea imagina că peste ani, el va participa la trei olimpiade (Atena 2004, Beijing 2008 şi Londra 2012) şi că avea să cucerească două medalii de argint şi una de bronz.*

*„Am fost uimit să le văd şi chiar m-au ajutat foarte mult pentru că m-au făcut să mă gândesc că dacă acei sportivi au putut, atunci aş putea şi eu,“ a povestit el pentru publicaţia spaniolă Marca.*

*Deorece ajunsese la o greutate de 100 de kg după accident, Juan a fost încurajat de prietenul său din copilărie să urce din nou pe o bicicletă, iar de atunci a început un palmares greu de egalat.*

*În 1996, Juan a participat la primul său Campionat în Spania, iar în anul următor, la prima sa Cupă Mondială. Acum, când se apropie de 53 de ani, Juan a pierdut numărul competiţiilor internaţionale la care a participat şi a medaliilor câştigate.*

*„Scopul în această Cupa Mondială este de a câştiga întotdeauna. Chiar dacă lucrurile merg sau nu, eu întotdeauna lupt să fiu primul. Pot fi ca în vremurile bune. Eu încă mai simt bine“, a declarat el.*

*El este un model de inspiraţie şi forţă. În categoria sa, C1, Juan este cel mai afectat ciclist, nu există altul căruia să-i lipsească braţul şi piciorul de pe aceeaşi parte. Cu toate astea, el nu se plânge niciodată.*

*Chiar dacă Juan nu a câştigat nicio medalie de aur până în acest moment, victoriile sale sportive sunt un exemplu despre modul în care provocările şi dizabilităţile nu pot opri un om care e determinat să reuşească. În schimb, acestea pot să-i dea o motivaţie importantă pentru a-şi atinge obiectivele.*

*Juan este unic prin felul cum a abordat provocările vieţii.*

*-sfârşit-*

***Sursa: http://articole.observatorul.ro/povestea-inspiratoare-a-ciclistului-paralimpic-juan-jos--m-ndez.html***
**Preluat cu permisiune**

*„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”*

# Bucuria Mântuirii

**Cornel Popescu**

Atât în Vechiul Testament cât şi în Noul Testament bucuria este în mod concret, contrar concepției populare, o caracteristică atât a credinciosului individual cât şi a bisericii. Deseori răzbate în mintea oamenilor ideea că religia este incompatibilă cu bucuria, că omul evlavios este o persoană sobră şi tristă, este individul care jertfeşte clipele de plăcere ale acestei vieți pentru iluzia unei bucurii eterne, viitoare. Dumnezeu este de asemenea văzut ca un personaj veşnic rece care aşteaptă de la „supuşi” aceeaşi atitudine.

Realitatea este că Biblia vorbeşte mult de bucuria relației cu Dumnezeu. Aceasta este o calitate a credinciosului nu doar o ecuație, o calitate bazată pe Dumnezeu Însuşi şi derivată de la El. Ea caracterizează viața creştinului pe pământ şi anticipează bucuria escatologică de a fi cu Isus pentru totdeauna în Împărăția Cerurilor. Nimeni nu poate cunoaşte adevărata fericire mai bine decât cel care L-a cunoscut pe Dumnezeu, sursa adevăratei fericiri.

Cerul este un loc al bucuriei. Dumnezeu Se bucură să poarte de grijă ființelor create de El, Îl bucură părtăşia lor iar acestea îşi manifestă liber, spontan, neprogramat bucuria prin laude la adresa lui Dumnezeu.

Pământul nostru a fost creat într-o atmosferă de bucurie, iar viața ființelor care urmau să-l populeze trebuia să fie plină de fericire. Adam şi Eva se puteau bucura de pământul pe care Dumnezeu îl crease nespus de frumos pentru ei şi pe deasupra de prezența permanentă a lui Dumnezeu şi a celorlalte ființe cereşti.

Este adevărat că după căderea în păcat tristețea a luat locul bucuriei, astfel încât astăzi orice om recunoaşte faptul că momentele de durere sunt mai multe decât clipele de fericire. Truda zilnică, suferința de orice natură, relații deficitare, moartea celor dragi sau teama de propria moarte, toate acestea umbresc viața oamenilor. Cu toate acestea, Biblia îndeamnă pe cel care îşi pune credința în Dumnezeu la bucurie. Isus Însuşi a spus că a venit pe acest pământ să ofere viață din belşug iar bucuria oamenilor să fie deplină.

Care să fie motivele de bucurie ale omenilor pe acest pământ? Oamenii se pot bucura de natură, de relațiile dintre ei, de evenimentele speciale din viața lor sau a celor dragi, de împlinire profesională şi câştig material, de relația permanentă cu Dumnezeu. Toate îşi gasesc suportul deplin în bucuria mântuirii adusă iarăşi în lumea noastră de către Mântuitorul nostru Isus Hristos care, împrumutând natura şi implicit suferința umană şi dându-Şi viața pentru păcatele oamenilor a făcut posibil ca bucuria oamenilor pe acest pământ să nu aibă caracter trecător, ci să fie veşnică.

Separată de bucuria mântuirii, orice bucurie de pe acest pământ rămâne efemeră, iluzorie. Solomon, împăratul lui Israel enumeră în cartea Eclesiastul toate plăcerile pe care şi le-a îngăduit de-a lungul vieții şi pe care oamenii le caută în general (avere, renume, plăceri trupeşti) dar fără Dumnezeu şi la finalul vieții s-a văzut doar un om în vârstă, stors de vlagă, împovărat de vinovăție şi fără nici o perspectivă pentru viitor. Atunci el a ajuns la concluzia că tot ceea ce alege omul în viață fără să-L introducă în ecuație pe Dumnezeu este deşertăciune. Bucuria mântuirii însă, care nu exclude plăcerile nevinovate pe care Dumnezeu ni le-a hărăzit pe acest pământ, are de-a face cu binele nostru prezent şi veşnic.

**Câteva caracteristici ale bucuriei mântuirii:**

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

1. Îl are în centru pe Dumnezeu. O astfel de bucurie este sigură pentru că Dumnezeu este neschimbător, este sfântă, nemânjită de lucruri dăunătoare și imorale pentru că Dunnezeu este sfânt.Nu este superficială ci naturală pentru că are un suport stabil și veșnic.

2. Este cuprinzătoare.Toate aspectele vieții sunt impregnate de ea. La joacă, la muncă, în familie, în suferință sau chiar înaintea morții, omul credincios este liniștit și trage nădejde. Nu ține de împrejurări, nu vine odată cu ele și nu pleacă odată cu ele.

3. Întrece orice alte bucurii de pe acest pământ pentru că este sursa oricărei bucurii. Înseamnă mai mult decât bucuria culesului roadelor, decât bucuria mirelui și a miresei, a mamei care își alintă pruncul. Și asta pentru că, prin credința în Dumnezeu, toate aceste bucurii capătă valori veșnice.

Cum poate fi obținută o astfel de bucurie? În Psalmul 51 David, împărat și el în Israel spune: „Dă-mi iarăși bucuria mântuirii". El o cere de la Dumnezeu, Cel care este sursa bucuriei mântuirii. Biblia ne îndeamnă să cerem de la Dumnezeu și El ne va da cu mână largă.

Poate că am căutat fericirea pe acest pământ fără Dumnezeu, acum însă sumntem îndemnați să cerem ca Dumnezeu să ne ajute să descoperim bucuria mântuirii. Dumnezeu a făgăduit Duhul Său tuturor oamenilor, iar una dintre roadele Duhului este bucuria. Atunci nimic nu va mai umbri bucuriile acestei vieti, cel trist va fi înviorat, cel împovărat de vinovăție și teamă va fi ușurat iar cel descurajat va căpăta speranță.

**„Dă-mi iarăși bucuria mântuirii Tale, și sprijinește-mă cu un duh de bunăvoință"**
**Ps.51:12**

Bucuria mântuirii nu presupune o permanentă stare de euforie în viața celui credincios. Vor fi încercări, va fi suferință, dezamăgiri, descurajări dar prezența lui Hristos în suflet va oferi ajutor și motivație și va descoperi, ca apostolul Pavel că „suferințele din vremea de acum nu sunt vrednice să fie puse alături de slava viitoare".

În Psalmul 51 David cere lui Dumnezeu: „dă-mi iarăși bucuria mântuirii". Putem înțelege din cuvintele lui că a cunoscut cândva bucuria mântuirii dar că o pierduse și contextul scrierii acestui psalm ne descoperă acele întâmplări din viața lui care l-au adus în starea respectivă.

**Ce anume duce la pierderea bucuriei mântuirii?**

1. O viață de păcat. David a crezut că poate cunoaște o mai mare bucurie dacă va alege să facă lucruri neîngăduite de Dumnezeu. Comite adulter apoi încearcă să rezolve problema comițând o crimă, ascunde totul de ceilalți și de Dumnezeu și toate acestea din dorința de a-și rezolva lucrurile fără Dumnezeu. În Psalmul 51 el recunoaște în final că plăcerile de o clipă ale păcatului l-au adus în situația de a pierde bucuria mântuirii. În Filipeni 4:4 apostolul Pavel îndeamnă: „bucurați-vă în Domnul", înțelegând prin aceasta că omul nu trebuie să caute plăcere cu orice preț, ci doar acea plăcere despre care Dumnezeu spune că ne poate face fericiți.

2. O conștiință vinovată. Tot David spune în Psalmul 32 „câtă vreme am tăcut, mi se topeau oasele...". Când omul a păcătuit nu este totul pierdut. Noi putem avea parte de iertarea lui Dumnezeu dacă regretăm și părăsim păcatul, iar atunci când primim asigurarea iertării trebuie să ne simțim despovărați de vinovăție. Dacă Dumnezeu ne-a iertat, trebuie să ne iertăm și noi.

3. Teama de ziua de mâine. Dumnezeu ne făgăduiește că ne poartă de grijă și așteaptă ca noi să-L credem pe cuvânt. Suntem îndemnați să lăsăm zilei necazul ei, să facem din Dumnezeu sprijinul nostru și să lăsăm totul în mâna Lui.

4. Teama de judecată. Această temere poate veni din lipsa de cunoaștere a lui Dumnezeu. În legătură cu dorința Lui de a ne oferi mântuirea avem făgăduința că El este mai doritor să ne dea viața veșnică decât suntem noi să oferim daruri copiilor noștri. Noi privim prea mult la eșecurile noastre și prea puțin la truda sufletului Său pentru salvarea noastră. Nimic nu ne va recomanda vreodată pentru mântuire, așa că trebuie să credem că intervenția Lui pentru noi și în viața noastră vor fi suficiente pentru a da liniște și bucurie sufletului nostru trudit.

Poate că deja trăiești bucuria salvării prin Isus Hristos, atunci înseamnă că poți completa aceste gânduri umile sau poate că acum ai vrea să încerci să „guști cât de bun este Domnul". Oricine ai fi și oriunde te-ai afla, lasă-L pe Cel sfânt să umple sufletul tău cu bucuria mântuirii.

-sfârșit-

# Anotimpurile vieții

**- poveste cu tâlc -**

*A fost odată un om care avea patru fii. El voia ca fiii lui să învețe să nu mai judece pripit lucrurile. De aceea, i-a trimis pe fiecare, pe rând, câte un anotimp, să privească un pom. Pe primul l-a trimis iarna, pe al doilea primăvara, al treilea vara şi pe mezin toamna.*

*Când au revenit, i-a adunat şi i-a pus pe toți să descrie ce au văzut.*

*Primul a zis că pomul era urât, cu crengi golaşe, întoarse şi răsucite.*

*Al doilea a zis că pomul era acoperit de muguri verzi şi promitea mult.*

*Al treilea spuse că era plin de flori ce răspândeau un dulce parfum, cum nu mai văzuse până atunci.*

*Al patrulea a fost de acord cu toate acestea şi a adăugat că era încărcat de fructe coapte, împlinit şi plin de viață.*

*Omul le-a explicat atunci că toți au dreptate, pentru că fiecare a văzut doar un anotimp din viața pomului. Le-a mai spus şi că nu poți judeca pe nimeni cunoscându-l doar o anumită perioadă.*

*Dacă renunți iarna, vei pierde promisiunea primăverii, frumusețea verii şi bogăția toamnei. Nu lăsa ca vicisitudinile unui sezon să-ți umbrească bucuria celorlalte!*

*Nu judeca viața doar după o perioadă grea! Depăşeşte greutățile şi sigur vor veni apoi vremuri mai bune si lasă ceea ce nu poți face, după ce ai făcut tot ceea ce puteai face, în grija lui Dumnezeu!*

*Incercările te fac mai puternic, durerile te fac mai uman, mai înțelegător, mai blând, mai generos! Eşecurile te fac mai smerit şi nimicesc oarecum mândria oarbă.*

*Fii un pic mai bun, in fiecare zi! Şi începe cu tine!*

*-sfârşit-*

# Cum să judeci ca să nu fii judecat?

**GEORGE UBA - președinte**
**Asociația „Ridică-te și umblă”**

*”Ești orb? Nu vezi pe unde treci?” se adresă un trecător unei persoane care nu ținea drumul drept. Dar persoana aceea chiar era nevăzătoare. Trecătorul nervos n-a știu să interpreteze bastonul alb al celui admonestat. Din momentul acela întreaga zi pentru omul cu bastonul alb a fost întunecată în sufletul lui. Se simțea nu doar jignit, dar și inutil. ”Oare de ce să mai trăiesc?” își spunea cel care s-a simțit ofensat. ”Toți se împiedică de mine!” Și nu a fost doar o singură persoană în ziua aceea care i-a reproșat mersul neatent pe trotuarul orașului. Deodată i-a venit o idee genială. Și salvatoare, pe deasupra.*

**Dansul trist al emoțiilor**

Ce se întâmplă cu emoţiile celui criticat? Un mic dezastru. Persoana care primește critica se simte neajutorată și o supărare de un nivel acut se instalează în suflet. Tonul plin de reproș generalizează ideea care spune: „iar ai dat-o în bară!”. Când reproșurile sunt mânioase, deseori cel ofensat trece în defensivă, evitând orice răspundere, sau se împietrește, ocolind contacte apropiate pe viitor. Sentimentul de inutilitate și de indignare îl leagă într-o stare din care se iese greu, dacă nu există un control bine gestionat al emoţiilor. Cel care judecă ignoră sentimentele celuilalt și-l demobilizează surpându-i motivaţia, risipindu-i încrederea de a duce la bun sfârșit îndatoririle zilnice. Astfel de atacuri demoralizatoare îţi taie elanul de a mai face ceva de calitate, pentru că, orice ai face, tot nu e bine. În urma criticilor care atacă persoana, se dizolvă ușor încrederea între oameni și se înregistrează adevărate bătălii de personalitate și dispute asupra puterii. Când criticile sunt făcute în public, cel care îl judecă pe altul, făcându-l de rușine, are părerea secretă că cel „greșit” va fi destul de motivat să facă un lucru de ispravă că altfel… o pățește sau, mai bine spus, va fi deferit opiniei publice. Calcul greșit, pentru că indispoziţia creată prin scoaterea în public ale unor „incompetenţe” îl va îndepărta de grup. Uneori, acesta chiar ajunge să creadă că neajunsurile lui sunt cauzate de unele deficienţe ce nu pot fi depășite și că este inutil să mai încerce. Incapacitatea de a se abține de la judecăți a celui care și-a programat critica în stilul lui de viață vine dintr-o imaturitate emoţională. Dacă nu-și dă seama de rănile pe care le provoacă asupra respectului de sine al celui criticat, atunci poate pierde bunul cel mai de preţ, dragostea, care este erodată de neîncredere și de ofensă. A ști ce se întâmplă în inima celuilalt este arta celei mai strălucite relaţii. O numim empatie. A-l critica cineva pentru stângăciile lui sau pentru presupuse neajunsuri înseamnă a neglija orice efort depus și orice bunăvoinţă, anulându-i cu brutalitate orice sentiment investit. Cel care nu intuiește sentimentele persoanei atacate nu are capacitatea de a interpreta mesajele nonverbale cum sunt: tonul vocii, mimica, gestica. Persoana care abuzează de critica distructivă vede în orice prestaţie nesatisfăcătoare a celuilalt o jignire la adresa ei și percepe totul doar în legătură cu ea. Adevărul emoţional constă în felul în care spune, și nu în ceea ce spune. Neglijenţa emoţională pe care o arăți persoanelor care crezi că te împiedică te va costa nimic mai mult decât singurătatea. O îmbogăţire a repertoriului emoţional prin care cel care emite judecăți își ajustează critica după cunoașterea universului sufletesc și motivaţional al partenerului înseamnă o cădere de mană cerească în viaţa lui, hrănindu-i inteligenţa afectivă. Mai bine zis, caracterul. Nu va mai jigni. Nu va mai critica. Nu va mai declasa pe alții. Nu va mai inferioriza. Și tristețea nu va mai fi pe fața celui care poate fi afectat așa de ușor.

**Contează cum ceri și ce ceri!**

*A doua zi orbul a ieși pe stradă cu o pancardă. Pe ea scria: ”Sunt orb, dar văd până și firimiturile de dragoste. Primesc, dacă aveți de dat!” Și trecătorii îl încărcau cu flori, atenții și cuvinte pline de atenție și de căldură. Cerându-le ce puteau da ei mai frumos, trecătorii grăbiți au scotocit în sufletele lor și au găsit, dosite bine, daruri prețioase ale inimii lor. Și judecata cea rea a pierit”*

-sfârșit-

# Mica enciclopedie de sănătate
# E bine să stim

## Încărcarea cu vitamine (VII)

Catalog de la A la Z

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

**ACIDUL LIPOIC**

Dacă ne bucurăm de sănătate, este și datorită acestei vitamine, care ajută corpul să lupte împotriva mediului vicios care ne înconjoară: poluanți, pesticide, și o varietate de microbi.

Așa cum știm deja, vitaminele sunt în general nutrienți esențiali având roluri în: apărarea organismului, a celulelor și creșterea rezistenței la infecții; metabolismul proteinelor, glucidelor, lipidelor și mineralelor; sinteza unor structuri indispensabile (acizi nucleici și nucleoproteine din molecula de ADN, enzime, factori de coagulare); procesele de oxidare (efect de regenerare a antioxidanților) și aterogeneza (efect antiaterogen, adică anti-acumulare de lipide - colesterol „rău").

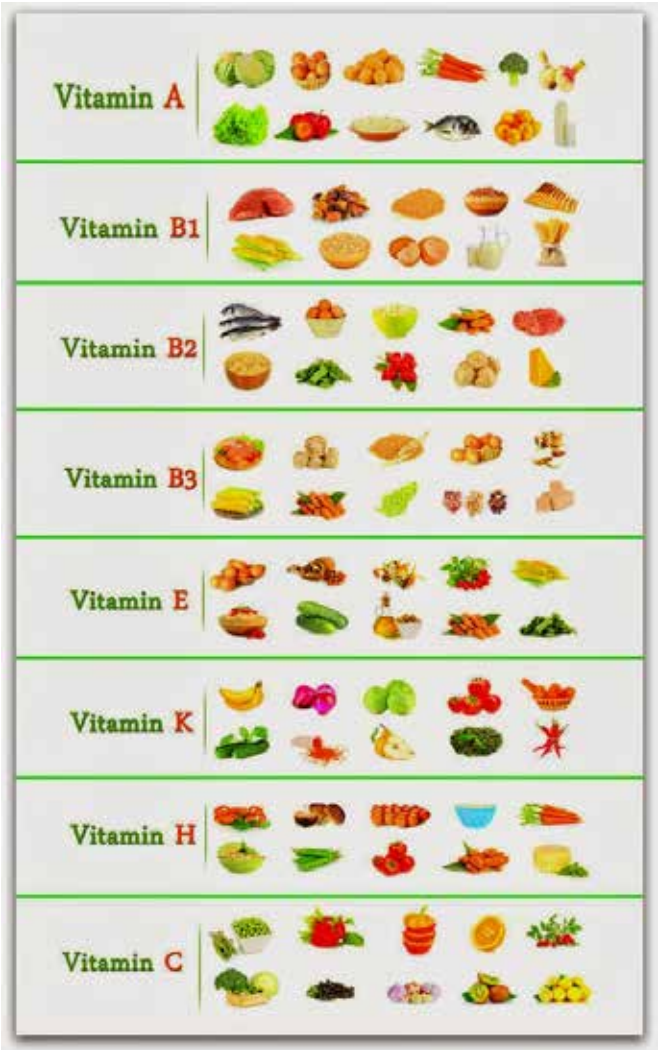
Vitaminele pot fi solubile în apă sau în grăsime. În cazul acidului lipoic, acesta este un antioxidant solubil în ambele substanțe, lucru care îi permite să protejeze atât celulele, cât și neuronii, de influența radicalilor liberi.

Se consideră că eficiența acestei vitamine este mai mare decât a vitaminei C și vitaminei A în ce privește întărirea organismului.

**Legea entroopiei și cavalerul anti-oxidării**

Gândiți-vă că puneți pe masă un platou cu fructe tăiate. După ceva vreme acestea se oxidează sau se strică. De ce? Pentru că mediul în care trăim este supus legii entropiei. Cea de-a doua lege a termodinamicii afirmă că toate sistemele fizice lăsate libere tind să devină dezordonate. Odată cu trecerea timpului, totul se deteriorează, putrezește sau moare.

Același lucru se întâmplă și în organismul nostru. Zilnic, celulele sunt supuse stresului radicalilor liberi, care încearcă să altereze și să strice ceea ce merge bine, și reușesc, dacă se înmulțesc.



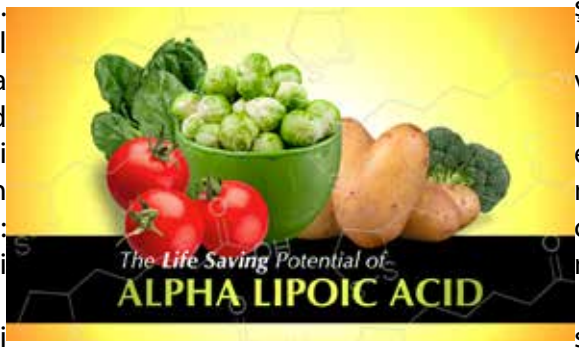

Pentru ca acest lucru să nu se întâmple, intră în acțiune acidul lipoic denumit și antioxidant universal, care ajută la neutralizarea efectelor negative ale radicalilor liberi care distrug pielea, țesuturile și în general sunt responsabili de tot ce înseamnă îmbătrânire.

continuare în pag. 9

continuare din pag. 8

Acest acid este renumit și pentru faptul că reciclează alți antioxidanti, îmbunătățind funcțiile și mărind durata de viață a acestora în organism. Antioxidanții dezactivează radicalii liberi prin absorbirea electronului lor extra sau prin lipirea la aceștia. Odată ce un antioxidant, de exemplu Acidul Ascorbic, a absorbit electronul extra, antioxidantul este scos din uz. Trebuie să transfere electronul la un alt antioxidant care este capabil să recicleze Acid Ascorbic, cum este Acidul Lipoic. Dupa ce Acidul Ascorbic transferă electronul în plus, este pregătit să apere în continuare celulele și să distrugă alți radicali liberi. Această "reciclare" este foarte importantă pentru păstrarea antioxidanților în prima linie, pregătiți să elimine radicalii liberi.

O altă proprietate demnă de luat în seamă este sprijinirea altor vitamine, precum complexul B, pentru a-și îndeplini rolul de producător de energie din proteinele, grăsimile sau carbohidrații extrași din hrana consumată.




De asemenea, acidul lipoic ajută în lupta contra unor boli crunte, ajutând trei organe interne să își desfășoare activitatea în bune condiții și anume: plămânii, ficatul, rinichii și pancreasul.

În cazul diabetului neuropatic, care are drept consecință deteriorarea continuă a celulelor sistemului nervos, ingestia de suplimente ce conțin acid lipoic ajută la încetinirea procesului bolii, la stabilizarea glucozei în sânge și la anularea rezistenței la insulină.

În cazul problemelor de ficat, el îmbunătățește condiția ficatului bolnav. Este folosit în cazul cirozelor și al hepatitelor. Acesta poate ajuta la refacerea organismului după ingerarea unor produse toxice sau chiar a cancerului.

Deși nu există încă dovezi concludente, se consideră că ajută și la prevenirea Alzeihmer.

Alte boli la care poate avea o contribuție semnificativă: cataracte, sindromul oboselii cronice.

Acidul alfa lipoic contribuie la menținerea greutății corporale normale, normalizează nivelul utilizării oxigenului în mușchi și menține un tonus general ridicat.

**Unde pot găsi acidul lipoic?**

Acidul lipoic este fabricat de corpul uman, însă se găsește în cantități semnificative atât în produse de origine animală, cît și în vegetale. Acidul lipoic se găsește în plantele verzi, în mod special în spanac, broccoli, mazăre, varză de Bruxelles, drojdie de bere, tărâțe de orez.

Este mai de dorit ca vitaminele în general să fie procurate din alimentația de origine vegetală. De ce? Nutrienții și toate substanțele necesare pot fi asimilate în cantitate mai mare și au o calitate mai bună.

În afară de hrană, acidul lipoic mai poate fi găsit sub formă de suplimente, la farmacie - capsule sau tablete, pe care este recomandat să le luați sub îndrumarea medicului.

**Contraindicații**

În general poate produce reacții adverse: iritații, coșuri, mâncărimi, diaree, ameţeli, greață și urină urât mirositoare. Aceste efecte au fost observate la doze de peste 600 mg/zi. Este posibil să apară erupții pe piele, dacă suplimentul nu este administrat corespunzător, sub îndrumarea medicului.

De aceea este necesar să întrebați doctorul înainte de a vă procura acest supliment.

Cel mai important lucru este să ne ferim de acele alimente care favorizează intervenția radicalilor liberi (distrugătorii) și să le facem loc în dieta noastră acelor alimente care favorizează lupta împotriva entropiei.

Mulțumim Lui Dumnezeu pentru că s-a îngrijit ca odată cu degradarea să existe și forțe care să lupte contra ei, și să ne bucurăm de faptul că avem o diversitate de alimente prin care ne putem păstra sănătatea!

-va urma-

**Referinte:**

**http://favio.ro/ce-este-acidul-alfa-lipoic-rol-actiune-beneficii-pentru-persoanele-diagnosticate-cu-diabet/**

**http://www.csid.ro/dictionar-medical/antioxidanti-11581506/**

**http://cesamancam.ro/radicali_liberi_in_alimente.html**

**http://www.botanical-online.com/english/vitamin_k.htm**

## IN MÂINILE LUI DUMNEZEU

*Dedic această poezie tuturor sponsorilor revistei*

În mâinile lui Dumnezeu.
Copiii îi veghezi mereu.
Cu Adevărul îi hrănești.
De multe rele îi ferești.

Pas cu pas îi călăuzești.
Mereu lângă copii ești.
Un Părinte iubitor.
Intotdeauna foarte răbdător

Tatăl le dă sfaturi cu blândețe
Copiii ascultă ale Lui povețe
Veșnic sunt protejați,
De cel rău apărați.

Copiilor când sunt cuminți
Multe daruri le dăruiești
Toată viața ei mulțumesc
Părintelui care îi ocrotesc.

Ei învață toată viața lor
Dumnezeu, Tatăl e salvator,
Oferă iubire necondiționată,
Tatăl toate greșelile iartă.

Cu înțelepciune îndreptezi.
Copiii se roagă zi de zi
Părintele e fericit
Dragostea eternă a biruit.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

## DOR

Îmi arde inima de așteptare și dor
Și-mi plâng soarta, cumplitu-mi chin
Dacă aș avea aripi, aș vrea să zbor
Pe sus, pe jos în grabă vreau să vin.

Simt că mor de plictiseală în acest pustiu
Trist, urât și îngrozitor
Unde nimic nu se întâmplă, n-aud, nu știu
De tine nici vorbe, nici vesti, scump odor.

De multe ori noaptea-n tăcere
Pătruns de dor și chinuri grele
Mă uit în sus, cer mângâiere
De la bunul Dumnezeu și de la stele.

Cidem Narcis Brâslașu
Din vol. „Eternul cânt”

## SĂ IERTĂM

Mergi pe drum și întâlnești omul care
Mai demult, a ocupat un post mare.
Se credea zeu, se purta rău.
Îl ocoleau cei din jurul său.
Se credea mare, tare;
Se credea unicul sub soare.
Era trufaș și orgolios.
Nu se uita la amărâți, la cei de jos.
Timpul acela a dispărut,
El este acum omul
Epocii care a trecut.
Iese în stradă și vrea
Să audă o vorbă bună,
Dar toți trec și-l privesc cu ură,
Unii ba chiar îl înjură.
Cei care de el aveau teamă,
Acum trec, nu-l salută,
Nu-l bagă în seamă.
Eu cred că cei care trec greșesc,
Când ei pe acest om îl ocolesc.
Ale lui bune sau rele fapte,
Nu de noi trebuie judecate.
Acum când a ajuns la greu,
Îl judecă doar Dumnezeu.
Pentru păcatele lui să-l iertăm noi,
Pentru că la rândul nostru
Suntem pe o listă a Judecății de apoi.

Matache Rădoi
Roata de Jos - Giurgiu

***Talentul... nu cunoaste handicap!***

## ÎNDURAREA LUI DUMNEZEU

Dumnezeu S-a îndurat
Și Mântuire ne-a dat,
Prin Isus El ne-a salvat
Ca să fim cu El în rai.

Slavă Îi dăm neîncetat
Pentru harul Lui bogat,
Pentru Fiul Lui cel sfânt
Căci a venit pe pământ.

Într-o iesle S-a născut
Atât de mult ne-a iubit
Pân-la moarte a suferit
Ca să fim ai Lui copii.

Perciu Elena
Craiova

## ORICE, DAR NU CHIAR

Pentru ca omul să reușească în viață,
El crede că orice trebuie să facă,
Făcând orice, o să fie foarte fericit,
Vîzând că în viață el a reușit.

Și totuși ca în viață să reușească,
Nu chiar orice trebuie să facă,
Să facă orice, dar nu orice măgărie,
Atunci traiul, viața ar fi o prostie.

Să facem orice, dar lucruri bune,
Atunci omul foarte fericit o să fie,
Iar cei alături de care el va trăi,
Foarte mulțumiți de el vor fi.

Dacă omul va face orice măgărie,
Viața lui tare nefericită o să fie,
Căci cei alături de care el va trăi,
Nemulțumiți de răutatea lui, îl vor părăsi!

Oamenii de lângă el după ce vor pleca,
Atunci o să vadă cât de grea este viața,
Căci pe nimeni alături nu va mai avea,
Iar singurătatea este foarte grea.

Așadar să facem în viață orice,
Dar fapte frumoase, lucruri bune,
Comportându-ne frumos, iubiți vom fi,
Și oamenii alături mereu ne vor fi.

Popescu Nicoleta
Argeș

## ZIUA COPILULUI

1 Iunie, zi dedicată sărbătoririi,
Ziua Copiilor în culori,
Evenimente organizate în cinstea lor,
E Lumea copiilor!

Zi Internațională declarată,
1 Iunie de români e sărbătorită
Cu mese și petreceri pentru copii,
În aer liber confecții mii și mii.

1 Iunie e ziua în care
Orice copil e special
Indiferent de credință sau etnie,
Să le smulgem un zâmbet la fiecare!

Mi-aș dori de 1 Iunie
Pentru oricare copilaș,
Niciodată să nu uite anii copilăriei,
Să-i poarte ca pe un bagaj.

Adrian Spiridon Marin
Costești - Argeș

## COVRIGUL

Cică într-o zi, Costică,
Vasilică şi Georgică-
Trei prieteni foarte buni
De aproape zece luni,
S-au cam întâlnit toţi trei
Fix la umbra unui tei
Şi, în lipsă de idei,
Cu sau fără vreun temei,
Au mâncat mai multe ciorbe
Şi s-au pus pe spus la vorbe.
-Eu - a spus cu foc Costică-
Vă spun clar şi fara frica,
Dimineaţa, când sunt trist,
Sunt extrem de pesimist!
Dacă dau de vreun covrig,
Îl privesc atent şi strig:
"Ia te uită, frăţioare,
Cât e gaura de mare!"
-Eu, în schimb - a spus Georgică
Dând din mâini ca o furnică-
Orişicât aş fi de trist,
Sunt tot timpul optimist!
Dacă dau de vreun covrig,
Mă uit mult la el şi strig:
"Ia te uită, frăţioare,
Ce covrig frumos şi mare!"
Auzind ce-au spus Costică
Şi vecinul său, Georgică,
Realistul Vasilică
A spus clar şi fără frică:
-Eu nu sunt nici pesimist
Şi nu sunt nici optimist!
Dacă dau de vreun covrig,
Îl mănânc pe loc, nu strig!

Florian Petrache
Puchenii Mari – Prahova

## AŞTEPTÂND VEACUL CE VA SĂ VIE...

Dacă fiica morţii, deznădejdea,
coboară uneori hoţeşte printre noi
şi pacea inimii în ţăndări se preface,
Să nu vă temeţi:
Riguros, dar blând,
DUMNEZEU este Aici!. Aici, cu noi!.

Dacă adesea respirăm
aidoma bolovanilor plecaţi
spre asfinţitul clipei
Totuşi
Înţelepciunea Luminii
e prezentă de-a pururi, pretutindeni,
căci DUMNEZEU veghează
şi ne aşteaptă!.

Nicu Popcov
Bucureşti

## RÎUL FĂRĂ ÎNTOARCERE

Un rîu fără întoarcere e viaţa noastră
Cu apa tulbure şi rece
Şi lasă amintiri cumplite
Când peste malurile sale trece

Căci sapă, rupe, sfarmă totul
Şi lasă-n urmă lacrimi şi regrete
Noi ne rugăm la Cel de Sus
Greşelile, să nu se mai repete

Să nu mai sufere copiii
Şi peste-un timp, cumva, nepoţii
Exist-un timp în care mai putem schimba
Măcar un pic traseul sorţii

Că dacă trece soarele de-amiază
Şi-ncepe să coboare către asfinţit
Nu mai e nimic de făcut
E clar, destinul s-a-mplinit...

Deci Te rugăm Păstorule cel Bun
Să îngrijeşti de a Ta turmă
Şi dă-ne până nu-i târziu
Dramul de minte de la urmă ...

Cucu Mitică

## SECUNDA POEM

Când n-ai timp să spui la ce te gândeşti
Rămâi o idee dar uit cine eşti
În treacăt atingi o aripă poate
Încerci să te-ntorci ca poveste într-o carte

Când încă te ard nostalgii obosite
Încarci anotimpul cu stări negândite
Iar când mai aduni culori şi petale
Te tulbură marea cu imagini prea clare

Când versul de jos ţi se pare ostil
Îngădui să fugi prin iubire tiptil
N-ai cum să te întorci oricât ai spera
La vârsta fugară ce ascunde cândva

Peste cer legământul unei singure zi
Albatroşi de lumină să te aştepte când vi
Spre amiază să-ţi ningă cu migdale de rouă
Iar în seară târziu să-aştepţi un cuvânt unde plouă

Peste gânduri şi vise am să mai caut
Doar oglinda de timp iar un gest să aplaud
În erupţii de iarnă când aştept să te chem
Totul vrea ca secunda să devină poem.

Dana Dascălu
Iaşi

## RĂTĂCIREA

De tânăr, m-am rătăcit
Ș-am umblat singur prin lume
Departe de Dumnezeu
Ș-am făcut tot ce e rău.

Am părăsit pe Isus,
Valul lumii m-a cuprins
Ispitele m-au învins,
Nu știu să fi fost păcat
Să nu-l fi făcut vreodat.

Eram tânăr în putere
Nu simțeam nici o durere,
Nimeni nu m-a biruit,
De mic m-am îndrăgostit
De scandal și de cuțit.

Când eram în vremea mea
Nimenea nu-mi răspundea,
Nici un om nu mă-nfrunta.

Timpul repede-a trecut,
A trecut și n-am știut,
Puterea m-a părăsit
Tinerețea mi-a trecut
Iar eu am îmbătrânit.

Și stăteam nemântuit
Pe margine de mormânt,
Ș-am strigat la Dumnezeu
Și L-am rugat ne-ncetat
Să mă ierte dacă vrea,
Că eu nu L-am ascultat.

Dumnezeu m-a ascultat,
Păcatele mi-a iertat
De la moarte m-a salvat.

Mântuire-am vrut să capăt
Și niciodată n-aș vrea
Să iau viața de la capăt.

Viața mea a fost un vis,
Iar acum și pentru mine
Cerul e mereu deschis,
Voi fi iarăși cu Isus.

Dragomir Ilie - Slatina
Din vol. „Eseuri creștine"

***Talentul... nu cunoaste handicap!***

## .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori..... .....Anunţuri de la cititori.....

**Anonimă**

*Sunt din Târgoviște, sunt în căruț, gradul 1, am 49 de ani, caut și eu pe cineva din Târgoviște, în vârstă de 30-40 ani, care să mă plimbe cu căruțul în fiecare zi 2 ore. 0767-032166*

**Dudu Aurel**

*Mă numesc Dudu Aurel, am 52 de ani, diagnosticat cu scleroză multiplă, am incontinență urinară și am nevoie de pampers, nr. 2. Rog pe toți cei ce mă pot ajuta să mă contacteze la nr. 0799-386812. Adresa mea este Dudu Aurel, sat. Poienița, loc. Năruja, jud. Vrancea. Vă mulțumesc din suflet!*

**Iordan Gelu**

*Mă numesc Iordan Gelu, locuiesc în loc. Popești, jud. Vrancea, am 63 ani și am nevoie de un ajutor financiar pentru a-mi face o proteză. Rog pe cei care mă pot ajuta să mă sune la 0337-881017 sau 0774-598223.*

**Diana Simona**

*Tânără, 32 de ani, nevăzătoare, gr. I, din Arad, caut o fată săracă care să mă ajute la treburile gospodărești. Tel. 0757-749786.*

**Stănoiu Aurel**

*Am de vânzare o tricicletă (cu 3 roți), pentru persoane cu handicap, cu portbagaj în spate. Este nouă, fabricată în Ungaria. Cei interesați pot suna la 0745-037712*

**Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!**

## .....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei..... .....Anunţurile redacţiei.....

*IMPORTANT !*

*Mă gândesc că suntem atât de multe persoane cu dizabilități, așa că ar fi extraordinar ca și alți semeni de-ai noștri, aflați în aceeași situație, să poată fi informați și încurajați, așa că vă rog din toată inima și din tot sufletul, dacă cunoașteți astfel de colegi de suferință și dacă doriți ca și ei să primească în fiecare lună, gratuit, prin poștă, această revistă, vă rog din toată inima să trimiteți adresele lor poștale sau de e-mail.*

*Este cumplit de dureros că suntem atât de mulți în această situație și ar fi lipsă de dragoste și împreună simțire ca, în descurajările, lipsurile și necazurile noastre, să nu beneficiem cât mai mulți de informațiile, încurajările, optimismul și speranța pe care le putem primi prin această revistă.*

*În plus, gândiți-vă că ar fi și un frumos cadou și o frumoasă surpriză pe care le-am făcea-o împreună!*

*Vă mulțumesc!*

## .....Informaţii utile..... .....Informaţii utile..... .....Informaţii utile.....

**Modificări la Legea 448 din 2006**
**recunoașterea oficială a limbajului mimico gestual**

*Autoritatea Națională pentru Persoanele cu Dizabilități (ANPD) propune, printre alte modificări la Legea 448 din 2006 și recunoașterea oficială a limbajului mimico-gestual. De asemenea, ANPD intenționează înființarea unui Centru de informare a persoanelor cu dizabilități și demararea unei campanii ample de promovare a drepturilor acestora.*

*Autoritatea Națională pentru Persoanele cu Dizabilități susține înființarea Corpului interpreților de limbaj mimico-gestual, la care vor putea apela instituțiile publice atunci când vor avea nevoie, se arată într-un comunicat de presă.*

*Legea 448 din 2006, cu modificările și completările ulterioare, reglementează și protejează drepturile tuturor persoanelor cu dizabilități. În cazul persoanelor cu deficiențe de auz, acest act normativ stipulează la art. 61, alin. f, că "În vederea asigurării accesului persoanelor cu handicap la mediul fizic, informațional și comunicațional, autoritățile publice au obligația să ia măsuri specifice, printre care și asigurarea de interpreți autorizați ai limbajului mimico-gestual și ai limbajului specific persoanelor cu surdocecitate".*

*Conform art. 69, "Autoritățile și instituțiile centrale și locale, publice sau private, asigură pentru relațiile directe cu persoanele cu handicap auditiv ori cu surdocecitate interpreți autorizați ai limbajului*

continuare în pag. 13

## .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

***Încă de la începutul apariţiei revistei, am primit cu mare bucurie sugestia unora dintre voi de a exista o asemenea rubrică în cadrul revistei noastre şi cu mare bucurie consemnez alte cereri de a ne ruga împreună pentru ceva sau pentru cineva anume.***

***Ştiu că este greu şi unora dintre noi chiar poate să li se pară ciudat sau chiar să-i deranjeze o asemenea rubrică (aşa aş fi simţit şi gândit eu în urmă cu câţiva ani), însă avem un Dumnezeu atât de minunat şi de dornic de a ne răspunde la rugăciune (ştiu din propria-mi experienţă), încât ar fi o lipsă de înţelepciune de a nu asculta de îndemnul Său de a ne ruga unii pentru alţii.***

***În plus, aceasta arată nu numai că avem încredere în El, ci şi că simţim unul cu celălalt, că ne pasă.***

*Mă indentific cu toţi care au probleme, boli, dureri şi suferinţe. Mă rog ptr. fiecare persoană enunţată în revistă, ca Domnul să asculte fiecare rugăciune, să le rezolve după voia Sa, cu multă iubire si dragoste. Să ne încredem în El ptr. rezolvare, ştiind că Lui îi pasă de noi si că doreşte să ne vină în ajutor. Tot Domnul ne învaţă să ne rugăm unii ptr alţii, dar am uitat pe Aurel Burcea care stă mult pe cărucior ca noi să avem revista în casele noastre lună de lună, cu mari sacrificii ale sănătăţii sale, fără să mai spun de dureri! Nu o spun ca un reproş. Reproşul e şi ptr. mine, că nu veghem mai mult în privinţa rugăciunii în acest domeniu. Să ne rugăm şi ptr. sănătatea precară a părinţilor lui, care nu precupeţesc nici un efort ptr. ca Aurel să fie sănătos, tot ptr. noi. Domnul să ne vină în ajutor prin DH. SFÂNT, să aducă aminte să facem toate bune, şi să nu lăsăm nimic nefăcut. Multă sănătate, dragă Aurel!*

*Il rog pe Domnul să-Şi pună mâinile Sale vindecătoare peste bolnavii din familia mea greu încercată. Ptr. sora mea Mariana, Te rog măreşte-i încrederea în Tine! Alină suferinţa şi durerile. Binecuvânteaz-o spiritual şi corporal, ajută-i neputinţei ei. Binecuvântă şi soţul si copiíi ei Te rog, Tată si-Ţi mulţumesc!*

*Să ne rugăm şi pentru nepoatele mele Cornelia, Rodica şi Peniel. Bunul Dumnezeu să ne asculte rugăciunile, să le vină în ajutor şi să vindece trupurile lor bolnave, să le mărească credinţa. Amin!*

*Mă rog ptr. nepoata mea Anca, care este medic rezident, ca Domnul s-o binecuvânteze la locul de muncă şi când simte că îi este greu, să-şi ridice ochii spre El şi să-L caute, căci numai de la El îi va veni ajutorul.*

**Mihalea Victorina - Sânandrei (Timiş)**

*Să ne rugăm pentru refacerea căsătoriei binecuvântată cu copii, refacerea legăturii cu fiul său Teodor-Mihai de 10 ani, să ţină la tatăl său Florin, să locuiască cu el, să Îl cunoască pe Domnul.*

**Florin Enea**

*Mulţumesc Emiliei Dinescu şi mulţumesc tuturor pentru rugăciunile lor. Răspunsul a venit de la Tatăl nostru ceresc: soţia se simte mai bine. Avem nevoie ca şi în continuare să se facă rugăciuni de mijlocire la Tatăl nostru pentru sănătate şi putere.*

**Stănoiu Aurel - Aiud**

*Să ne rugăm pentru sora Margareta, are probleme grave de sănatate. A fost trimisă de urgenţă la chirurgie pentru mai multe investigaţii.*

*Si pentru Nita Dumitru, care datorită divorţului şi a dezamăgirilor este deprimat şi confuz.*

**Dinescu Emilia**

***„Vă mai spun iarăş, că, dacă doi dintre voi se învoiesc pe pământ să ceară un lucru oarecare, le va fi dat de Tatăl Meu care este în ceruri."***
**(Matei 18: 19)**

## .....Informaţii utile..... .....Informaţii utile..... .....Informaţii utile.....

**continuare din pag. 12**

*mimico-gestual sau ai limbajului specific persoanei cu surdocecitate."*

*Legislaţia din domeniul educaţiei preia obligaţiile prevăzute în legea 448 astfel, potrivit Ordinului MEC 3051/2016, trebuie asigurată comunicarea prin utilizarea limbajului mimico-gestual pentru elevii cu deficienţe de auz, pentru ca aceştia să beneficieze de şanse egale la educaţie. De altfel, elevii cu deficienţe de auz se confruntă cu mai multe probleme în procesul educaţional, una dintre acestea fiind lipsa cadrelor didactice cunoscătoare de limbaj mimico-gestual.*

*Ministrul Muncii, Lia Olguţa Vasilescu, a declarat ieri seară la România TV că după finalizarea Legii salarizării unitare, urmează să intre în dezbatere publică Legea 448/2006.*

*-sfârşit-*

**Sursa: http://articole.observatorul.ro/modificari-la-legea-448-din-2006--recunoasterea-oficiala-a-limbajului-mimico-gestual.html**
**Preluat cu permisiune**

**Mincă Elena Gabriela**
**Alexandria - Teleorman**

*Omul luptă cu toată forța lui să obțină averi, să aibă cât mai mulți prieteni, să aibă mulți bani și foarte multă putere. După un timp omul.ajunge la o concluzie: toate acestea nu au fost decât o iluzie. Creștinul își spune: am muncit toată viața mea pentru nimic, când era atât de simplu să urmăm Calea care ne călăuzea spre Dumnezeu. Ce am făcut? Am sacrificat copii, familie, pentru ca să fiu mereu singur? M-am chinuit în fiecare zi din viață pentru nimic? Totul era mult mai simplu.să lupt pentru credința în Iisus pentru iubirea veșnică pe care mi-a dăruit-o necondiționat în fiecare zi. Noi, creștinii, uităm că Fiul lui Dumnezeu există. Dacă avem credință în El, nimeni nu e singur. Ce ne trebuie averi când Domnul nostru e cea mai mare avere? Noi trebuie să strângem comori în Cer, nu pe pământ. Ce câștigă omul dacă adună pe pământ comori nefolositoare? Unde e sufletul tău, acolo e și inima ta care bate neîncetat pentru Tatăl Creator. El dorește ca noi, creștinii, să fim ghidați spre bunătate, compasiune, iubire și credință în Trinitatea Sfântă.*

**Emilia Dinescu**
**Valea Stânii - Argeș**

*Când spun că SUNT CREȘTINĂ, nu spun că SUNT O SFÂNTĂ, ci spun în șoaptă că AM FOST PIERDUTĂ DAR ACUM SUNT GĂSITĂ ȘI IERTATĂ. Când spun că SUNT CREȘTINĂ, nu vorbesc despre asta cu mândrie, ci mărturisesc că m-am poticnit și am nevoie de călăuza lui Hristos. Când spun că SUNT CREȘTINĂ, nu încerc să fiu puternică, ci pretind că sunt slabă și am nevoie de puterea Lui ca să pot merge înainte. Când spun că SUNT CREȘTINĂ nu vreau să mă laud, ci admit faptul că am eșuat și am nevoie de El ca să îmi șteargă greșelile. Când spun că SUNT CREȘTINĂ nu cer să fiu perfectă, defectele mele sunt departe de a fi văzute, dar Dumnezeu știe că încerc să mă schimb. Când spun că SUNT CREȘTINĂ, încă simt înțepătura durerii. Eu am partea mea de durere în inimă, așa că am chemat numele Lui. Când spun că SUNT CREȘTINĂ, nu sunt mai Sfântă decât tine, sunt doar o simplă păcătoasă care și-a predat viața lui Isus.*

*(...)*

*Dacă vei simți vreodată că am sufletul peste măsură de greu, atunci nu mă mustra. Nu mă ajută cu nimic morala ta. Oferă-mi un punct de care să mă pot sprijini în universul durerii mele. Mă poți îndrepta alinându-mi durerea dar nu făcându-mi morală. Morala mi-o faci în momente în care se va vedea clar că sunt un om inconștient de sufletul meu, dar nu atunci când eu am nevoie de alinare, iar tu îmi oferi tămân cu totul altceva decât mi-ar trebui. Nu dreptatea din spusele tale mă va ajuta în acele momente, ci dragostea, înțelegerea și respectul pe care le ai pentru mine. Dacă nu poți oferi toate acestea, roagă-te pentru mine, roagă-te pentru tine și Dumnezeu ne va ajuta pe amândoi să fim după voia Sa.*

**Mocanu Jeni**
**București**

*"...ȘTIAI CĂ... ...ai fost creat să relaționezi cu Dumnezeu? ...ai fost creat să umbli zilnic cu Dumnezeu? ...ai fost creat să comunici cu Dumnezeu? ...ai fost creat să ai o minte curată? ...ai fost creat să îndeplinești o misiune? ...AI FOST CREAT SĂ FII UN ÎNVINGĂTOR ÎN HRISTOS?... "Iubind pe Domnul Dumnezeul tău, ascultând de glasul Lui și lipindu'te de EL... DE ACEASTA ATÂRNĂ VIAȚA TA (MEA)!"-Deuteronom 30,20.*

*(...)*

*"Cine Imi aduce mulțumiri ca jertfă acela Mă proslăvește" Psalm 50,23. Așa că, lăudați pe Domnul! Lăudați'L pentru ceea ce este El, pentru dragostea, îndurarea și bunătatea Lui. Lăudați'L pentru ceea ce a făcut în trecut. Lăudați'L pentru ceea ce face azi pentru tine. Lăudați'L pentru ce a făgăduit că va face în viitor. Putem să'L lăudăm nu numai prin cuvinte ci și prin consacrarea în fața Lui a tot ce avem. Ți'ar plăcea să'l oferi lui Dumnezeu cea mai mare laudă posibilă? Cea mai mare laudă este să devii un canal consacrat, prin care El să lucreze. Ești invitat să faci aceasta chiar de azi! Cred că ai destule motive să o faci! Să'ți ajute Dumnezeu!*

*(...)*

*Cam greu să fii DE PARTEA LUI DUMNEZEU, nu'i așa?... E greu, pentru că El cere uneori lucruri ciudate, neobișnuite PENTRU FIREA PĂMÂNTEASCĂ; pentru că cere lucruri mari, pentru că nu SE multumește cu puțin, ci TE VREA CU TOTUL DE PARTEA LUI! A fi de partea Lui, înseamnă întâi SĂ ASCULȚI ȘI SĂ FACI ABSOLUT TOT CE'ȚI SPUNE! De aceea roagă'L să'ți dea putere să asculți CUM ASCULTĂ NIȘTE UCENICI, pentru ca apoi să poți fi o EPISTOLĂ... CUNOSCUTĂ ȘI CITITĂ DE TOȚI OAMENII, să fii de folos, să ajuți, să'i orientezi spre Dumnezeu și spre adevăratele valori pe cei debusolați... Acceptă azi chemarea de a fi de partea lui Dumnezeu!. Poate fi greu, DAR E FRUMOS, ȘI SE MERITĂ, CREDE-MĂ!..*

**Chiriță Alexandra**
**Costești - Argeș**

*Putem vedea oameni clătinându-se în multe feluri, și tot în multe feluri, cuvintele noastre îi pot ridica. Dacă îți pasă cu adevărat și dacă-ți iubești cu adevărat aproapele, vei găsi cuvinte potrivite și tonul potrivit cu care să-l ridici. Dar, prea ades, oamenii se clatină și cad în fața noastră, iar noi nu-i vedem; sau dacă-i vedem nu ne pasă... Cuvintele, atotputernicele cuvinte... Cuvintele lui Iov au ridicat; au susținut. Ce fac cuvintele noastre??? ...Binecuvântat e omul despre care se poate spune: "Cuvintele tale au ridicat pe cei ce se clătinau"...*

*(...)*

*SIGURANȚĂ PE CALE *Is.30,21. "Ești înaintea unei noi zile/săptămâni: E DARUL PE CARE ȚI-L FACE DOMNUL! El, care e CALEA, ADEVĂRUL ȘI VIAȚA, îți va însoți pașii... Nu te teme de nimic, pentru că îngeri puternici au poruncă să te însoțească... Ești în siguranță, pentru că El veghează și te îndrumă... Rămâi atent(ă) la glasul călăuzirii divine și nu te abate nici la dreapta, nici la stânga!. Urechea ta va discerne vocea: "Iată drumul, mergeți pe el"!.*

**Sandu Cristian**
**București**

*"A pretinde favoarea cerului fără a'ndeplini condițiile pe baza cărora se oferă harul, nu este credință, ci încumetare, pentru că adevărata credință se fundamentează pe promisiunile și prevederile Bibliei. Nimeni să nu'și facă iluzii că poate deveni sfânt în timp ce calcă premeditat una dintre cerințele lui Dumnezeu. Comiterea unui păcat cunoscut aduce la tăcere vocea mustrătoare a Duhului și desparte sufletul de Dumnezeu. "Oricine care făptuiește păcatul săvârșește și călcarea legii: păcatul este călcarea legii. Oricine care păcătuiește nu L-a văzut, nici nu L-a cunoscut." 1 Ioan 3,4.6"*

# Mașinile vor trece de inspecția tehnică doar dacă au cel mult defecte minore

av. DANA BORDEIANU

La fiecare inspecție tehnică periodică (ITP), mașinile vor trece sau nu de verificare în funcție de gravitatea defectelor pe care le au, potrivit unui proiect de lege care a fost adoptat de Guvern. Concret, autovehiculele vor putea trece de inspecție cel mult cu defecte minore, iar dacă va fi vorba de defecte mai grave, acestea vor trebui reparate în maximum 30 de zile. **Pentru a se aplica însă, prevederile trebuie să treacă și de votul parlamentarilor.**

Vă invit să descoperiți în rândurile de mai jos ce prevede *Proiectul de lege pentru modificarea și completarea Ordonanței Guvernului nr. 81/2000 privind certificarea încadrării vehiculelor înmatriculate sau înregistrate în normele tehnice privind siguranța circulației rutiere, protecția mediului și în categoria de folosință conform destinației, prin inspecția tehnică periodică:*

În urma fiecărei verificări tehnice, autovehiculele vor trece de inspecție **doar dacă au, în cel mai rău caz, defecte mici**. Mai exact, *„în cazul în care la inspecția tehnică periodică se constată doar deficiențe minore, se consideră că inspecția a fost trecută, iar vehiculul nu mai este supus din nou inspecției”,* scrie în propunerea de act normativ.

Însă dacă la verificări vor fi găsite **defecte majore sau defecte periculoase**, mașinile **nu** vor trece de inspecție și proprietarii vor fi nevoiți să le repare în cel mult 30 de zile. *„În cazul în care la inspecția tehnică periodică se constată deficiențe majore, se consideră că inspecția nu a fost trecută. Este necesară o nouă inspecție a vehiculului în maximum 30 de zile de la inspecția inițială. În cazul în care la inspecția tehnică periodică se constată deficiențe periculoase, se consideră că inspecția nu a fost trecută. Este necesară o nouă inspecție a vehiculului în maximum 30 de zile de la inspecția inițială”*, este punctat în proiectul publicat de MT.

În acest sens, șoferii care vin cu mașinile pentru efectuarea ITP-ului vor fi informați despre deficiențele ce trebuie remediate. Totodată, prevederile propuse de minister includ și definiții pentru cele trei categorii de defecte, după cum urmează:

- deficiențe **minore**: deficiențele care n-au un efect semnificativ asupra siguranței vehiculului sau impact asupra mediului și alte neconformități minore;
- deficiențe **majore**: deficiențele susceptibile să compromită siguranța vehiculului, să aibă impact asupra mediului sau să-i pună în pericol pe ceilalți participanți la trafic și alte neconformități mai importante;
- deficiențe **periculoase**: deficiențele care constituie un risc direct și imediat la adresa siguranței rutiere sau care au impact asupra mediului.

*„Un vehicul care prezintă deficiențe încadrabile la mai mult de o categorie de deficiențe dintre cele prevăzute la alin. (10) (adică cele minore, majore și periculoase - **n. red**.) este clasificat în categoria care corespunde deficienței mai grave. Un vehicul care prezintă mai multe deficiențe la același element inspectat poate fi clasificat în categoria imediat superioară de gravitate dacă se poate demonstra că efectul combinat al acestor deficiențe ar genera un risc mai mare la adresa siguranței rutiere”*, este lămurit în propunerea legislativă.

În momentul de față, Ordonanța Guvernului nr. 81/2000 **nu include nicio prevedere referitoare la categorizarea deficiențelor** și măsurile ce trebuie luate în cazurile respective.

ITP-ul se face periodic, în funcție de categoria vehiculului. De exemplu, automobilele trebuie verificate o dată la doi ani, iar taxiurile - o dată la șase luni. Autovehiculele școlilor de șoferi trebuie verificate, în funcție de numărul de locuri pe scaune, fie o dată la un an, fie o dată la șase luni.

**Ce fel de defecte pot fi considerate minore?**

continuare în pag. 19

# Lumea lui Jonah

**-prima parte-**

**de Joel Yanofsky**

*Scriitorul Canadian Joel Yanofsky ne povestește puțin din experiența sa de tată confruntat cu autismul fiului său, Jonah. După ce au trecut de șocul diagnosticului, Joel și soția sa au trebuit să învețe cum să se descurce cu această tulburare de comportament.*

*La puțin timp după ce fiul nostru a început clasa a cincea la școala primară, soția mea Cynthia a instalat o bară de făcut gimnastică, deasupra uneia dintre ușile din casă. Genul de articol "miracol", caruia i se făcea reclamă la televiziune, făcându-i să creadă pe telespectatorii creduli, că sunt necesare doar 10 minute pe săptămână de tracțiuni la bară pentru a pierde din greutate, fără a fi nevoie să mai ieși din casă.*

*A te balansa ca o maimuță pe o scară suspendată este acum la mare modă în toate cursurile de recreere. Zeci de copii cu vârste de 10 și 11 ani își spun că sunt "branșați", așteptând cuminți unul în spatele altuia, să le vină rândul la un parcurs demn de un antrenament militar.*

*Numai fiul nostru Jonah, acesta părea că se menține ferm pe poziție și nu ceda la această tendință. Ce să mai spunem era un copil timorat. Îi era teamă să nu cadă, sau că nu va putea să ajungă până la sfârșitul traseului. Așa cum îl cunosc, aș miza pe faptul că are o teamă mare de a avea un eșec.*

*Din ziua în care am decis să instalăm această bară de gimnastică acasă, Jonah a privit-o mult timp cu un aer circumspect. Considerând toate aceste modificări în mediul său, fără îndoială, ca o agresiune la persoana sa, deducând logic că acest nou aranjament îi este destinat. Nu numai că avea dreptate, dar el a văzut-o chiar ca un motiv să ocolească zona.*

*Sceptic, și eu eram cam de aceeași părere. Nu erau necesare măcar două bare pentru a te balansa... din bară în bară? Și până la urmă, ce importanță are? Doar nu vroiam să facem din fiul nostru un trapezist? Totuși am avut înțelepciunea să păstrez aceste gânduri doar pentru mine. Și intuiția mea s-a arătat a fi exactă: prima dată când am încercat să-l facem pe Jonaj să se agațe de bară, el a stat înțepenit. Nici mai mult nici mai puțin, a rămas așa suspendat în aer, cu corpul balasându-se puțin, apoi a dat drumul barei după câteva secunde, căzând moale pe covor.*

*"Ce se întâmplă, mă întrebă Cynthia, după aerul meu de atotștiutor, în timp ce Jonah se îndepărta.*

*- Nimic... Eu mă întrebam numai dacă este rolul nostru de a-l învăța astfel de lucruri.*

*- Obligația noastră este să-l învățăm tot ce are nevoie să știe pentru a-i fi de folos în viață", mi-a replicat Cynthia cu un aer relaxat.*

*La sfârșitul a șase săptămâni, timp în care s-a familiarizat cu bara, Jonah a devenit dependent de această nouă activitate. Dacă nu răspundea la un ordin sau o cerere (de a-și face temele, sau să vină la masă în bucătărie când îl chemam să luăm cina), știam unde-l vom găsi.*

*Aveam puțină teamă pentru apariția vreunui accident. Îmi imaginam fiul, lansat în plină viteză, trecând prin fereastră și căzând cu putere pe undeva prin grădina de zarzavaturi a vecinului nostru. Câteodată ne cerea să-l împingem. Alte dăți, își căra mica sa trambulină până la ușă și o poziționa sub bară. Căderea sa pe trambulină l-a ajutat să-și îmbunătățească spiritul sportiv. El a învățat, grație sfaturilor mamei sale, să-și îndoaie genunchii, apoi să se ridice rapid pentru așa lua elan. A început să adore această mișcare neîncetată de a se balansa, înainte și înapoi antrenantă și sigură. Ca o pendulă, el se balansa, din față spre spate, reproducând mișcarea unui perpetuu mobil.*

*Diagnosticul de autism i-a fost dat cu 7 ani în urmă. Jonah mergea spre patru ani și în acea perioadă deja o mulțime de întrebări circulau prin mințile noastre. Am mai solicitat un al doilea aviz și figuram de asemenea pe o listă de așteptare la spital. Până la acea întâlnire, mă străduiam să scot din mintea mea toate ideile care mă duceau la această eventualitate. Cum să ne dăm seama, după toate acestea, dacă un copil de grădiniță prezintă un comportament autistic sau unul "tipic" pentru vârsta lui ("neurotipic", am vrut să spun, deoarece este vorba despre terminologia consacrată și "politic corectă", utilizată astăzi pentru a desemna toate persoanele non autiste).*

**continuare în pag. 17**

continuare din pag. 16

*În zilele noastre, mă întreb, totuși, dacă nu eram pur și simplu într-o stare de negare.*

*Autismul cumulează o serie de probleme, în mod obișnuit numite dereglări de spectru autistic și în această vastă paletă de simptome și de deficite de comportament, Jonah este în general clasat printre autiștii "de înalt nivel".*

*Prima specialistă în psihologie care l-a consultat, ne-a explicat toate problemele într-o ședință de cel puțin două ore, un fel de "inițiere în autism". Ea ne-a explicat că fiul nostru, manifestă probleme de comunicare și de interacțiune socială și că avea înclinații spre un comportament repetitiv, sau de autostimulare, caracteristic fiindu-i mișcările repetitve stereotipice. Ea ne-a invitat, pentru ași ilustra punctele de vedere, să-l observăm pe Jonah cum își aranjează jucăriile, obsesie pe care noi o observasem deja. El va avea de asemenea dificultăți în ași manifesta empatia față de alte persoane. Copiii autiști sunt ceea ce noi numim "spirit orb - orbi spiritual": ei au tendința să creadă că toată lumea trăiește exact ceea ce ei simt. "Mulțumim pentru compliment!" mi-am spus în sinea mea. Eu personal, am tendința de a gândi, că ceea ce mi se întâmplă, mi se întâmplă numai mie și la nimeni altcineva!*

*Diagnosticul a sunat la urechile Cyntiei ca o declarație de război și la luptă trebuia să ne pregătim o strategie. Ea a creat o rețea, s-a apucat să facă cercetări privind agențiile guvernamentale și comisiile școlare, a început să se lupte cu educatorii și șefii instituțiilor de învățământ, a început să caute terapii și desigur să găsească un specialist. A vorbit și cu membrii altor familii confruntate cu aceeași experiență, a participat la forumuri de discuții pe internet, a împrumutat bani și a lansat apeluri la strângere de fonduri, fără să-și piardă în nici un moment speranța de vindecare. Lucrări, articole, bloguri, a citit tot ce a găsit scris despre acest subiect. Titluri de cărți și numeroase alte idei au fost consemnate pe postări, pe calendare și pe foi volante, aproape de telefon.*

*Strategia mea, consta în a mă încrunta, a suspina și a murmura suficient de tare ca Cynthia să mă audă. În general, ea mă ignora, cum ignorăm în general un animal de companie neascultător. Cred că și-a spus în sinea ei că nu aș ajuta-o prea mult în demersurile sale. Era inutil să-i explici unei pisici că ar fi bine să nu mai mângâie canapeaua cu gheruțele, sau unui câine că nu este bine să facă pipi pe covor. Acest comportament de resemnare din partea mea, ne-a păzit de a avea o dipută. Cynthia știa grație cercetărilor sale făcute, că evitarea conflictelor este cel mai bun mod de a gera situația lui Jonah, și desigur*

*în ceea ce mă privea. Și el și eu încercam să-i captăm atenția și dacă ar fi răspuns la provocarea mea ar fi fost o eroare din partea ei.*

*Într-o seară în care mă ocupam să-l culc pe Jonah, am urmărit ritualul pe care-l avea zilnic, aliniindu-și toate cărțile preferate de la un capăt al altuia al camerei sale. El împlinea această sarcină de o aparență absurdă, cu concentrarea unui campion la șah. Fiecare gest era minuțios planificat. Chiar și faptul că ținea mâna pe o carte, până ce ultima era foarte bine poziționată, bine aliniată, în rând cu celelalte. Am început să-mi dau seama din ce în ce mai mult, ca fiind evident faptul că va trebui să mă introduc, între roțile dințate foarte bine unse ale obsesiilor sale pentru a-l face să iasă, de o manieră sau de alta de acolo.*

*Am luat exemplarul din cartea Ouă verzi cu șuncă, un clasic al literaturii pentru copii anglo-saxone, carte pe care Jonah o punea întotdeauna în capul șirului de cărți și am deschis-o. M-am așezat pe pat și l-am luat pe Jonah pe genunchi, ca pe un pisoi și m-am pregătit să-i citesc. Jonah își manifesta fățis nemulțumirea. Povestea pentru seară era în general mai târziu și numai de la mama sa era obișnuit să o audă. El se mișca și se încrunta, bombănind, dorind ca eu să pun opera la locul ei. Am rămas însă de piatră. Văzând că nu mă opresc a încercat să-mi închidă cartea cu mâinile. Dar, cu cât se agita mai mult, cu atât și eu mă străduiam să opun rezistență. În același timp citeam fiului meu povestea lui Sam - sunt eu, un personaj care la început nu era iubit de nimeni, și care mergea tot timpul, fie că era vreme bună sau rea.*

*Până la ultima linie, nu am vrut să mă opresc, chiar asumându-mi riscul de a-i face rău. Ouă verzi cu șuncă este de asemenea povestea unui raport de forțe, în care sunt abordate noțiuni de încăpățânare, dar și de perseverență. Ca și eroul din povestire, eu perseveram și mă încărcam cu forțe noi.*

*La sfârșitul lecturii, Jonah plângea în surdină. Dar când i-am întins cartea să o poată aranja la locul ei, el a ezitat să mi-o mai ia din mână.*

-va urma-

Sursa: Selection.ca - august 2013

Trimis de **TRAIAN FLOREA** – Canada

**Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 25 a lunii de dinainte de luna de apariţie a revistei.**

**Vă rog mult, pe toţi cei care scrieţi, puneţi-vă numele complet şi adresa!**

**Mulţumesc mult pentru înţelegere!**

## Doresc să corespondeze:

**Niculae Aurel Marinel**

*Am 41 de ani, 1,60 m, 60 kg, am un mic handicap și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0732-706251*

**Cosmin**

*Tânăr, 31 ani, păr brunet, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 60 kg. Aș dori să cunosc domnișoare (18-30 ani) sau doamne divorțate (30-40 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din Râmnicu Vâlcea). Pot fi apelat la 0764-104277 și 0745-898368.*

**Adrian**

*Mă numesc Adrian, doresc să cunosc o fată cu vârsta între 20 și 30 ani. Doresc să fie credincioasă și să locuiască la mine. Sau doamnă divorțată, cu vârsta între 30 și 40 ani. Nu răspund la nr privat. Nu am mai fost căsătorit. Rog seriozitate. 0748-674939. Disponibil non-stop.*

**Viorel**

*Mă numesc Mierloiu Viorel, am 44 de ani, am epilepsie și doresc să cunosc domnișoare cu vârsta cuprinsă între 20-40 ani sau doamnă divorțată de 40-55 ani. Poate avea și obligații și vicii. Pentru prietenie / căsătorie. Doresc să locuiască la mine. 0785-374062. Disponibil non-stop. Nu răspund la apeluri anonime.*

**Zaharia Petruț**

*Mă numesc Zaharia Petruț, am 46 de ani și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. 0756-787750.*

**Neluțu**

*Mă numesc Neluțu, sunt din Aita Mare, jud. Covasna, am 42 de ani și doresc să cunosc o fată cu vârsta cuprinsă între 35-39 ani, pentru prietenie / căsătorie. 0799-352075; 0787-607066; 0752-501938 și 0721-302735*

**Cristi**

*Mă numesc Cristi, 32 de ani, ochi căprui, păr negru, 1,75 m, 90 kg, doresc să cunosc pe cineva care să fie de casă, să nu fi fost măritată, să aibă vocea frumoasă, romantică, până în 32 de ani, să se mute la mine în loc. Bărcănești, Ialomița. Să fie din apropiere. Nu răspund la numere private. 0784-863986 și 0760-070062. Doresc o relație serioasă. Urgent.*

**Gelu**

*Caut o persoană serioasă, să aibă casă, cu un ușor handicap, în vederea căsătoriei. Am 63 ani. Pot fi sunat la 0337-881017 și 0774-598223.*

**Florin**

*Am 37 de ani, sunt divorțat, am doi copilași, sunt din orașul Huși, jud. Vaslui, și doresc să cunosc o fată pentru prietenie / căsătorie. Să aibă peste 25 de ani și poate avea și copii. 0753-853937.*

**Daniel**

*Daniel, 48 ani, cu handicap ușor, gr. 2, divorțat, fără obligații, cu locuință, singur, ortodox, urăsc minciuna, doresc să cunosc o doamnă, 42 - 52 ani, sinceră, fidelă, fără obligații, hotărâtă în vederea formării unei familii model, bazată pe iubire și respect reciproc, sinceritate / fidelitate. Poate avea un handicap ușor, gr. 3 sau 2. Rog și ofer seriozitate. Tel 0748-950358*

**Florin**

*Florin, 48 de ani, doresc prietenie / căsătorie cu o fată cu vârsta de 39-49 ani. Să locuiască la mine la țară, în jud. Dolj. Nr. 0762-637016. Nu răspund la număr privat.*

**Constantin**

*Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 43 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. Sunt creștin ortodox și doresc să fie tot creștin ortodoxă, indiferent că este pe stil vechi sau nou. 0762-929910*

**Joiţoiu Marian**

*Mă numesc Joițoiu Marian, am 29 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la 0785-710466*

**Podaru Vasile George**

*Mă numesc Podaru Vasile George, am 30 de ani, am un handicap ușor, pot să muncesc și doresc să cunosc o fată serioasă, cu un mic handicap fizic, de vârstă apropiată, de religie ortodoxă, pentru prietenie / căsătorie. 0769-866020.*

**Păun Ștefan**

*Tânăr, 41 ani, înălțimea 1,75, 70 kg, handicap fizic ușor, doresc să cunosc o domnișoară / doamnă pentru o relație de prietenie / căsătorie. Tel. 0764-870890.*

**Viorel**

*Viorel din Ploiești, 58 ani, 1.56 m, 58 kg, șaten, doresc să cunosc o dnă minionă ptr o relație de durată, chiar mai mult, ptr alungarea singurătății. Sunt singur, fără copii sau alte obligații, pensionat medical. Pot fi contactat la nr tel 0724-624757*

**Deaconescu Adrian Dorel**

*Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 56 ani (n. 12.12.1960), am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, neuropsihic, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din toată țara, dar în mod special din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad și împrejurimile acestor județe. Persoanele care mă contactează pentru căsătorie să fie de religie baptistă, creștină după evanghelie sau penticostală și vârsta 49-56 ani. Nu răspund la persoane neserioase, doresc o relație pusă pe temelia lui DUMNEZEU și pe seriozitate. 0774-042022.*

**Alex**

*Mă numesc Alex, am 27 de ani, sunt din Țigănești Teleorman, sufăr de Paraparezâ Spastică, mă deplasez singur cu ajutorul unei cârje de cot, doresc să cunosc o fată de vârstă apropiată pentru prietenie, eventual căsătorie. Mai multe detalii despre mine la telefon 0769-288574. Vă*

continuare în pag. 19

continuare din pag. 18

*mulţumesc.*

**Dragoş**

*Bălan Dragoş, 24 de ani, din Alexandria, jud. Teleorman. Doresc să comunic cu fete care au plăcere şi doresc să vorbească cu mine. Să aibă 24-26 ani. Pentru prietenie / căsătorie. Eu am Parapareză spastică, grad grav. Îmi place sportul şi să vorbesc. Telefon 0786-936346*

**Szilard**

*Mă numesc Szilard, am 22 de ani, am epilepsie, doresc să corespondez cu fete cu vârsta între 20-27 ani. Nu răspund la bip, numere private, dar răspund de luni până vineri de la ora 8 până la ora 23. Sunt de religie reformat. Pot fi găsit şi pe facebook: szilardkalocsai. Tel. 0745-974024.*

**Cristian**

*Mă numesc Sîrbu Cristian, sunt nevăzător, am 33 ani, sunt născut pe 9.12.1983 şi doresc să comunic cu fete cu vârsta cuprinsă între 27-37 ani. 0764-937126. Nu răspund la bip, sms, numere private. Pot să fiu sunat de luni până vineri de la ora 10 până la ora 23. Skype: costelino.pustiu*

**Mihai**

*Mă numesc Ureche Mihai din Bistriţa Năsăud, sunt nevăzător, am 44 ani, doresc să comunic cu fete cu vârsta cuprinsă între 39-45 ani. Nu răspund la bip, sms, numere private. 0762-634167, răspund de luni până vineri de la ora 10 până la ora 22.*

***Nota redacţiei: Responsabilitatea corectitudinii informaţiilor din anunţuri, aparţine în totalitate autorilor!***

***P.S. Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul şi modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect şi bun simţ. Îndemn să sune numai pe cei/cele care au gânduri şi planuri serioase în ceea ce priveşte începerea unei relaţii.***

Litere de lege Litere de lege Litere de lege Litere de lege

continuare din pag. 15

Dispoziţiile detaliate cu privire la efectuarea ITP-ului sunt incluse, în momentul de faţă, în Ordinul Ministerului Transporturilor, Construcţiilor şi Turismului nr. 2.133/2005. Acest act normativ stabileşte ce fel de defecte sunt considerate minore.

Concret, printre altele, **deficienţe minore** sunt plăcile cu numărul de înmatriculare deteriorate, pedala de frânare cu îmbrăcămintea uzată, lipsa capacului de la rezervorul lichidului de frână, geamurile fisurate, oglinzile deteriorate sau sistemul de dezaburire deteriorat. De asemenea, mai sunt încadrate ca deficienţe minore sursa defectă de lumină, suportul roţii de rezervă aflat într-o stare necorespunzătoare, scurgerile de ulei de transmisie şi dispozitivele antifurt defecte. Potrivit ordinului citat, defectele minore **nu** implică o reexaminare a maşinii, însă este necesar ca acestea să fie remediate într-un timp cât mai scurt.

În ceea ce priveşte **defectele majore**, actul normativ prevede că acestea pot fi lipsa numărului de înmatriculare, servofrâna deteriorată, neacţionarea frânei pe una sau mai multe roţi, lămpile de frânare lipsă, caroseria reparată necorespunzător sau şuruburile de siguranţă lipsă de la transmisie. **Defectele periculoase** sunt considerate, de exemplu, uzura excesivă a discurilor de frână, jocul excesiv la volan, jocul excesiv la rulmenţii roţii sau scurgerile de combustibil.

Noile reguli pe care MT le propune pentru **desfăşurarea inspecţiilor tehnice la maşini**, incluse în *Proiectul de lege pentru modificarea şi completarea Ordonanţei Guvernului nr. 81/2000 privind certificarea încadrării vehiculelor înmatriculate sau înregistrate în normele tehnice privind siguranţa circulaţiei rutiere, protecţia mediului şi în categoria de folosinţă conform destinaţiei, prin inspecţia tehnică periodică*, aprobat de Guvern, mai are nevoie şi de adoptarea în Parlament, aprobarea prin decret de către preşedintele statului şi publicarea în Monitorul Oficial. Aşadar, la momentul de faţă, iunie 2017, este la stadiul de proiect de lege.

-sfârşit-

sursa: sursa: www.avocatnet.ro

**SPONSOR: A.S.I. ROMANIA**
**CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;**
**www.asiromania.ro**

**Asociaţia "HandHope"**
**Burcea Aurel, str. Bălţăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,**
**Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com**
**C.I.F. 14877902**
**Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria**
**ISSN 2360 - 6061**
**ISSN-L 2360 - 6061**

Tipărită la Editura „Viaţă şi Sănătate", tel. 021-3230020 şi 0740-101034

*„Nu povara te doboară,*
*ci modul în care o porți”*
*Lena Horne*

## PĂRINȚII NOȘTRI ȘI... NOI

Părinții au îmbătrânit
Perii le-au încărunțit
Mâna are-un tremurat
Memoria i-a lăsat

Ba mai nou s-au apucat
De bârfit și de certat.
Ei sunt ei, nimeni ca ei
Se comportă doar ca zmei

Ei au fost crema și spuma
N-am ce zice, nu-i minciună
Au fost cavaleri și zâne
Să ne fie nouă bine

Pe-nserat ei s-au culcat
Și-au uitat că n-au mâncat
Și în zori ei s-au sculat
Munca câmpului au luat

După ce s-au adăpat
La izvorul cel curat.
Au muncit ca vai de ei
Ca să fim noi porumbei

Și acum că sunt cărunți
Ni se pare că sunt sluți
Și că nu mai au dantură
Parcă-ar fi o pocitură.

Ne-am gândit să îi luăm
În azil să-i internăm
Ca să trăim liniștiți
Căci de asta am fost crescuți.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

*„Roagă-te să ai ochi să vezi*
*ce e mai bun în oameni,*
*să ai o inimă care să ierte,*
*o minte care să uite*
*și un suflet care să creadă mereu*
*în Dumnezeu.”*
*Eduard Peter*

ÎMPREUNĂ